

Юго-Западное управление МОиН СО
Структурное подразделение ГБОУ СОШ с.Красноармейское
м.р.Красноармейский Самарской области
Центр детского творчества

Принята
на заседании методического совета
от "30" августа 2019 г.
Протокол №1



Утверждаю:

Директор ГБОУ СОШ с.Красноармейское

В.Н.Хрестин

Приказ №52 од от «30» августа 2019 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

социально-педагогическая направленность

«Позитив»

Возраст – 11-15 лет
Срок реализации – 1 год

Автор-составитель:
Полежаева Марина Валентиновна,
педагог дополнительного образования

2019 год

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематический план.....	9
3. Содержание.....	11
4. Методическое обеспечение.....	12
5. Список литературы.....	14
6. Календарно-тематический план.....	16

Пояснительная записка

Современная система образования ставит приоритетную задачу полноценного развития ребенка, которую возможно решить только при наличии у ребенка психологических знаний о себе, своих личных и возрастных особенностях и правилах грамотного взаимодействия с социумом.

Школьные годы являются сенситивным периодом для приобщения человека к психологической культуре. В современной парадигме образования акцент сделан на социализацию подрастающего поколения, но социализация как процесс освоения социально-культурного опыта и формирования социальной компетентности будет продуктивным и полноценным только в особом культурно-образовательном пространстве, способствующему психологическому здоровью личности. Ибо только здоровая личность способна проявлять познавательную активность и адекватно реагировать на изменения в нашем быстроменяющемся мире.

Одним из наиболее стрессовых периодов в жизни школьника является переход из начального звена в среднее, когда максимально усиливается воздействие неблагоприятных факторов на ребенка, что ведет к снижению показателей психических процессов (памяти, мышления, внимания), работоспособности, появлению нехарактерных ошибок, снижению успеваемости, повышению уровня тревожности и агрессивности и т.д. В отдельных случаях эмоциональная напряжённость достигает критического момента и результатом становится потеря самообладания и самоконтроля, что ведёт к конфликтным ситуациям в школьном коллективе. Следовательно, работа педагога по созданию психологической комфортности в период адаптации пятиклассников должна начинаться с первых недель обучения.

Добиться высокой эффективности при решении данного вопроса позволяет использование интерактивного оборудования тёмной сенсорной комнаты.

С точки зрения медико-психологического воздействия на состояние человека полифункциональная интерактивная среда тёмной сенсорной комнаты позволяет создать эмоциональную обстановку положительной модальности. В спокойной

доверительной обстановке сенсорной комнаты создаётся ощущение защищённости, спокойствия, уверенности в себе, что так необходимо тревожному ребёнку. Положительные эмоции вызываются путем воздействия звуком, светом, цветом, запахом. Интерактивная среда тёмной сенсорной комнаты включает оборудование, позволяющее обучающимся осознать свои телесные ощущения, отреагировать негативные эмоции. Оно помогает при обучении их приёмам регулирования своего эмоционального состояния, внутреннего самоконтроля, при формировании позитивных установок, в преодолении агрессивных стереотипов поведения.

В этой связи, особенностью работы в сенсорной комнате являются «волшебные» и «сказочные» эффекты объёмных предметов, света и звука, ощущений.

Образовательная программа «Позитив» имеет **социально-педагогическую направленность.**

Основной вид деятельности по образовательной программе: социальная адаптация школьников.

Уровень освоения программы: ознакомительный.

Форма обучения по образовательной программе: групповая.

Программа разработана на основе сборника методических пособий для работы в сенсорной комнате и в соответствии с методическими рекомендациями по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях.

Новизна программы «Позитив» по сравнению с предыдущей заключается в изменении характера содержания, что позволяет обучающимся освоить обучающий курс по окончании каждого модуля в отдельности и по программе в целом.

Нормативные документы для разработки программы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Национальный проект «Образование».
- Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена

распоряжением Правительства РФ от 04. 09.2014 № 1726-Р)

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р).
- Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242.
- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ).

Целевая группа: для обучающихся 11-12 лет, испытывающих трудности в адаптации на второй ступени обучения, в том числе дети с ОВЗ интегрированные в образовательную деятельность, дети, находящиеся в ТЖС.

Цель программы – оказание поддержки пятиклассникам в период их адаптации к условиям обучения в средней школе, профилактика явлений школьной дезадаптации.

Задачи:

- сформировать позитивную Я-концепцию и устойчивую самооценку;
- снизить уровень школьной тревожности;
- сформировать групповую сплоченность и выработать системы единых требований;
- сформировать психологическую готовность к обучению, работа над личностными, регулятивными и коммуникативными УУД;
- развить социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений со сверстниками и взрослыми;
- сформировать социально-приемлемые формы поведения в обществе.

Возраст: 11– 12 лет.

Срок реализации: программа «Позитив» рассчитана на 1 год обучения, 108 часов.

Форма организации деятельности: очная, всей группой.

Режим занятий: занятия рассчитаны на 3 часа в неделю, длительность занятий составляет 40 минут.

Педагогические средства:

1. специально организованная среда;
2. специально организованные занятия;
3. игры;
4. инсценировки;
5. кинофильмы;
6. диагностика и контроль.

Формы работы:

- тренинги;
- беседы и дискуссии;
- игры;
- кинолектории;
- релаксационные упражнения;
- работа с притчами.

Планируемые результаты и формы контроля.

В результате реализации программы дополнительного образования ожидается повышение результатов, как личностных, так и предметных и метапредметных.

Личностные результаты включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности: самопрезентация.

Метапредметные результаты включают освоение обучающимися универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных и коммуникативных), обеспечивающих овладение ключевыми компетенциями: умение договариваться, находить общее решение, аргументировать свою позицию.

Предметные результаты повысит уровень самоконтроля, самооценки, понизится уровень тревожности, что способствует успешной адаптации.

Основные умения и навыки, которыми должен овладеть обучающийся за время занятий по программе:

- умение осознавать требования педагога и соответствовать им;
- умение устанавливать межличностные отношения с педагогами;
- умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы;
- умение общения и достойного поведения с одноклассниками;
- навыки коллективной деятельности.

Формы контроля:

- тестирование (тест тревожности Филлипса);
- педагогическое наблюдение.

Уровни сформированности УУД

<i>На момент начала обучения на 1 году обучения</i>	<i>На момент окончания обучения на 1 году обучения</i>
<i>Личностные УУД</i>	
Проявляет самостоятельность в учебной деятельности, оценивает поступки детей и взрослых, аргументирует свой ответ	Понимает цель обучения, планирует результат своей деятельности, способен работать на результат с отсрочкой его достижения.
Относится открыто к внешнему миру, чувствует уверенность в своих силах в учебной деятельности, умеет адаптироваться к новым ситуациям в учебной деятельности	Умеет адаптироваться к динамично меняющемуся миру, способен сделать личностный выбор на основе норм морали
Взаимодействует со сверстниками и взрослыми даже не имея совместной деятельности, имея целью достигнуть какой-либо личной цели (получить нужную информацию, совершить покупку)	Ориентируется в социальных ролях, умеет выстраивать межличностные взаимоотношения.
Обсуждает проблемы, избегает конфликтов, с интересом обсуждает интересующие его вопросы, расспрашивает взрослых о том, что для него важно	Умеет находить выход из конфликтной ситуации, договариваться о взаимовыгодном сотрудничестве, обмене коллекций и т.п.
Доброжелательно реагирует на замечания, способен исправиться в ответ на предложение взрослого	Строит свои отношения со сверстниками и взрослыми на основе взаимопонимания и поддержки
<i>Регулятивные УУД</i>	
Способен сам поставить задачу в творческой деятельности связанной с учебной	Ставит учебную задачу на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что еще не известно.
Способен самостоятельно выстроить внутренний план действий в некоторых видах учебной деятельности	Самостоятельно определяет ориентиры в новом материале, прогнозирует результат учебной деятельности
Планирует свои действия совместно с педагогом, анализирует проблемы и результат	Умеет планировать последовательность промежуточных целей с учетом конечного

	результата, вносит изменения в план с учетом результата предыдущего действия
Коммуникативные УУД	
Планирует учебное сотрудничество совместно с педагогом, принимает участие в контроле чужой деятельности, осуществляет рефлексия	Планирует учебное сотрудничество со сверстниками: участвует в распределении ролей, составлении плана деятельности, обсуждении результатов. рефлексии
Умеет сотрудничать со сверстниками и взрослыми в поисках интересующей информации	Способен поставить задачи для инициативного сотрудничества при поиске и сборе информации
Чувствуя приближения конфликта способен его избежать или быстро нивелировать	Владеет способами разрешения конфликта, может стать посредником в разрешении

Учебный план программы

№ п/п	Название модуля	Количество часов		Всего часов	Характеристика видов деятельности
		Аудиторных	Неаудиторных		
1	<i>Профилактика дезадаптации</i>	31,5	1,5	33	Беседа, упражнения, кинолектории, экскурсия по школе, тренинги.
2	<i>Решение конфликтных ситуаций</i>	24		24	Беседа, игры, тренинг, упражнения, кинолектории.
3	<i>Профилактика страхов и агрессии</i>	36	-	36	Элементы тренинга, игры, упражнения, творческие коллажи
4	<i>Развитие творческого потенциала</i>	15	-	15	Беседа, тренинг, коллективные коллажи, игры, упражнения, участие в конкурсных мероприятиях.
	Всего:	106,5	1,5	108	

Учебно-тематический план

Тема модуля/ занятий	Количество часов			Форма аттестации
	аудиторных	неаудиторных	Всего	
Модуль I. Профилактика дезадаптации.				
«Будем знакомы»	3		3	Педагогическое наблюдение, педагогическая диагностика.
«Экскурсия по школе»		1,5	1,5	
«Какой я?»	6		6	
«Я не боюсь»	6		6	
«Мир эмоций»	6		6	
«Тревожность»	10,5		10,5	
ИТОГО:	31,5	1,5	33	
Модуль II. Решение конфликтных ситуаций.				
«Я в этом огромном мире...»	3		3	Педагогическое наблюдение, анкетирование.
«Подари улыбку»	3		3	
«Понимаем ли мы друг друга?»	6		6	
«Мы – единое целое!»	6		6	
«Страна конфликтов»	6		6	
ИТОГО:	24		24	
Модуль III. Профилактика страхов и агрессии.				
«Уверенность в себе - залог успеха»	6		6	Педагогическое наблюдение, педагогическая диагностика.
«Типичные проблемы»	6		6	
«Моя мотивация»	6		6	

«Я все смогу я все сумею»	3		3	
«Самооценка»	6		6	
«Выражение чувств»	3		3	
«Каким бы я хотел быть и какой сейчас»	6		6	
ИТОГО:	36		36	
Модуль IV. Творческий потенциал.				
«Я творец своей жизни»	3		3	Педагогическое наблюдение, педагогическая диагностика, конкурс.
«Каракули»	3		3	
«Создаём материки»	3		3	
«Что изменилось?!»	6		6	
ИТОГО:	15		15	
ВСЕГО:	106,5	1,5	108	

Содержание занятий

Модуль 1. Профилактика дезадаптации (31,5 часа). Знакомство со школой, с учителями других классов, директором, завучем, библиотекарем, и их обязанностями в школе, кто и как может помочь обучающемуся, за что и как могут наказать. Выработка правил поведения в классе и школе и осознанное их принятие каждым ребенком. Качества трудолюбивого человека и школьника. Мотивация одобрения и потребность в знаниях. Просмотр кинофильмов. Выяснение различных сложностей и трудностей, связанных с обучением в школе, а так же с взаимодействием со сверстниками и взрослыми.

Модуль 2. Решение конфликтных ситуаций (24 часа). Почему люди ссорятся? Дружелюбие. Решение проблем и конфликтов. Умение слушать. Умение ладить с

другими. Просмотр кинофильмов. Конфликт. Виды и причины конфликтов. Способы разрешения конфликтов.

Модуль 3. Профилактика страхов и агрессии (36 часов). Выяснение индивидуальной структуры страха. Способы борьбы со страхом. Тренинги, психогимнастические этюды трудности в учебе. Мотивация достижения успеха и избегания неудач.

Модуль 4. Развитие творческого потенциала (15 часов). Магия воображения. Воображение – мир, которого нет? Широта воображения. Мечта и фантазия. Творческое воображение. Творчество. Звуковое воображение, зрительное воображение, обонятельное воображение, осязательное воображение.

Методическое обеспечение

Материально-технические условия.

Проведение групповых занятий предполагает использование помещения сенсорной комнаты со специальным оборудованием:

- проектор «Меркурий»;
- кресла-пуфики с гранулами;
- интерактивный сухой бассейн;
- развивающая звуковая панель;
- тактильно-световая пузырьковая колонна;
- музыкальный центр с набором;
- «Сухой бассейн» с шариками;
- «Сухой душ»;
- массажные мячи;
- проектор «Морское дно»;
- световой модуль для рисования песком;
- ультразвуковой распылитель эфирных масел;
- лампа «Чижевского»;
- медиапроектор, ПК, экран, колонки.

Информационно-методическое обеспечение

- CD-диски для релаксации;
- перечень фильмов;
- ЭОР;
- диагностические методики.

Организационное обеспечение программы:

- сотрудничество с психологом и социальным педагогом - сотрудничество со специалистами центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста» ГБОУ СОШ с. Красноармейское.

Список литературы

1. Кальмова С. Е., Орлова Л. Ф., Яворовская Т. В. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред. Л. Б. Баряевой. – СПб.: НОУ «СОЮЗ», 2006.
2. Проектирование программы формирования универсальных учебных действий. Методические рекомендации. [Текст] / авт.-сост. Е.И.Агаркова, Е.В.Калмыкова, С.А.Кравцова, М.И. Шиняев. - Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2014. – С.36
3. Психологическое сопровождение участников образовательного процесса в условиях введения ФГОС нового поколения. [Текст] / авт.-сост. Г.А.Шешерина, Е.И.Агаркова, В.М. Чернышова, Е.В. Грипас. - Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2014. – С.65
4. Психологическое здоровье – основа личностного развития школьников. Методические рекомендации по реализации программы учебных занятий по психологии для учащихся общеобразовательной школы. [Текст] /авт.-сост.: Петров В.Б., Воеводкина Л.Н., Вязавова Н.В., Лепихова М.В., Молоканова М.С., Невзорова Г.В., Чернышова В.М. – Тамбов: ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования», 2013. – С.67
5. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / В.Г. Ромек, В.А. Конторович, Е.И. Крукович. - СПб.: Речь, 2004.
6. Сенсорная комната - волшебный мир здоровья: уч.-метод. пособие / под общ. ред. В.Л. Жевнерова, Л.Б. Баряевой, Ю.С. Галлямовой. – СПб. : ХОКА, 2007 – ч. 1: Темная сенсорная комната.
7. Сенсорная комната. Аннотация и методические рекомендации по использованию. СПб.: «Альма», 2015.
8. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие/Под общей ред. В.Л.Жевнерова, Л.Б.Баряевой, Ю.С.Галлямовой – СПб.: ХОКА, 2007 – ч.1: Тёмная сенсорная комната.

Интернет-ресурсы

1. <http://www.trepsy.net/training/stat.php?stat=4340>
2. <http://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2014/06/18/rabota-v-sensornoj-komnate>
3. <http://chita-doverie.ru/napravleniya-raboty/uslugi/tyomnaya-sensornaya-komnata/>

Календарно-тематический план

Дата	Тема модуля/ занятий	Количество часов		
		аудиторных	неаудиторных	Всего
Модуль I. Профилактика дезадаптации.				
Сентябрь 1-я неделя	«Будем знакомы»	1,5		1,5
	«Будем знакомы»	1,5		1,5
Сентябрь 2-я неделя	«Экскурсия по школе»		1,5	1,5
	«Какой я?»	1,5		1,5
Сентябрь 3-я неделя	«Какой я?»	1,5		1,5
	«Какой я?»	1,5		1,5
Сентябрь 4-я неделя	«Какой я?»	1,5		1,5
	«Я не боюсь»	1,5		1,5
Сентябрь 5-я неделя	«Я не боюсь»	1,5		1,5
Октябрь 1-я неделя	«Я не боюсь»	1,5		1,5
Октябрь 2-я неделя	«Я не боюсь»	1,5		1,5
	«Мир эмоций»	1,5		1,5
Октябрь 3-я неделя	«Мир эмоций»	1,5		1,5
	«Мир эмоций»	1,5		1,5
Октябрь 4-я неделя	«Мир эмоций»	1,5		1,5
	«Тревожность»	1,5		1,5

Октябрь 5-я неделя	«Тревожность»	1,5		1,5
	«Тревожность»	1,5		1,5
Ноябрь 1-я неделя	«Тревожность»	1,5		1,5
	«Тревожность»	1,5		1,5
Ноябрь 2-я неделя	«Тревожность»	1,5		1,5
	«Тревожность»	1,5		1,5
ИТОГО		31,5	1,5	33
Модуль II. Решение конфликтных ситуаций.				
Ноябрь 3-я неделя	«Я в этом огромном мире...»	1,5		1,5
	«Я в этом огромном мире...»	1,5		1,5
Ноябрь 4-я неделя	«Подари улыбку»	1,5		1,5
	«Подари улыбку»	1,5		1,5
Декабрь 1-я неделя	«Понимаем ли мы друг друга?»	1,5		1,5
	«Понимаем ли мы друг друга?»	1,5		1,5
Декабрь 2-я неделя	«Понимаем ли мы друг друга?»	1,5		1,5
	«Понимаем ли мы друг друга?»	1,5		1,5
Декабрь 3-я неделя	«Мы – единое целое!»	1,5		1,5
	«Мы – единое целое!»	1,5		1,5
Декабрь 4-я неделя	«Мы – единое целое!»	1,5		1,5
	«Мы – единое целое!»	1,5		1,5
Декабрь 5-я неделя	«Страна конфликтов»	1,5		1,5
Январь 2-я неделя	«Страна конфликтов»	1,5		1,5

Январь 3-я неделя	«Страна конфликтов»	1,5		1,5
	«Страна конфликтов»	1,5		1,5
ИТОГО		24		24
Модуль III. Профилактика страхов и агрессии.				
Январь 4-я неделя	«Уверенность в себе - залог успеха»	1,5		1,5
	«Уверенность в себе - залог успеха»	1,5		1,5
Январь 5-я неделя	«Уверенность в себе - залог успеха»	1,5		1,5
	«Уверенность в себе - залог успеха»	1,5		1,5
Февраль 1-я неделя	«Типичные проблемы»	1,5		1,5
	«Типичные проблемы»	1,5		1,5
Февраль 2-я неделя	«Типичные проблемы»	1,5		1,5
	«Типичные проблемы»	1,5		1,5
Февраль 3-я неделя	«Моя мотивация»	1,5		1,5
	«Моя мотивация»	1,5		1,5
Февраль 4-я неделя	«Моя мотивация»	1,5		1,5
	«Моя мотивация»	1,5		1,5
Март 1-я неделя	«Я все смогу я все сумею»	1,5		1,5
	«Я все смогу я все сумею»	1,5		1,5
Март 2-я неделя	«Самооценка»	1,5		1,5
	«Самооценка»	1,5		1,5
Март 3-я неделя	«Самооценка»	1,5		1,5
	«Самооценка»	1,5		1,5
Март 4-я неделя	«Выражение чувств»	1,5		1,5
	«Выражение чувств»	1,5		1,5

Март 5-я неделя	«Каким бы я хотел быть и какой сейчас»	1,5		1,5
Апрель 1-я неделя	«Каким бы я хотел быть и какой сейчас»	1,5		1,5
Апрель 2-я неделя	«Каким бы я хотел быть и какой сейчас»	1,5		1,5
	«Каким бы я хотел быть и какой сейчас»	1,5		1,5
ИТОГО		36		36
Модуль IV. Творческий потенциал.				
Апрель 3-я неделя	«Я творец своей жизни»	1,5		1,5
	«Я творец своей жизни»	1,5		1,5
Апрель 4-я неделя	«Каракули»	1,5		1,5
	«Каракули»	1,5		1,5
Апрель 5-я неделя	«Создаём материки»	1,5		1,5
	«Создаем материки»	1,5		1,5
Май 1-я неделя	«Что изменилось?!»	1,5		1,5
	«Что изменилось?!»	1,5		1,5
Май 2-я неделя	«Что изменилось?!»	1,5		1,5
	«Что изменилось?!»	1,5		1,5
ИТОГО		15		15